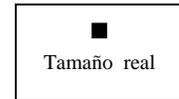




Enfermedad de Lyme

Cómo protegerse



Enfermedad de Lyme—transmitido por las garrapatas

La enfermedad de Lyme es una enfermedad transmitida por la mordida de algunas variedades de garrapatas. La enfermedad de Lyme es una infección bacteriana causada por la espiroqueta *Borrelia burgdorferi*.

Cuando estas garrapatas muerden a un ser humano, transmiten la espiroqueta, la cual puede quedar en el cuerpo por varios años a menos que sea tratada con antibióticos.

Las garrapatas que causan la enfermedad de Lyme viven en muchas partes de los Estados Unidos y Europa. La Garrapata Occidental con Patas Negras (*Ixodes pacificus*) es la más común en California. Estas garrapatas a menudo viven en las áreas de la costa y lugares húmedos y en el vertiente occidental de la Sierra Nevada. Habitan en praderas y la maleza tanto en áreas urbanas como rurales. Las garrapatas que son adultas se presentan frecuentemente del mes de diciembre hasta junio, durante el período del año cuando la humedad es generalmente alta

La Garrapata Occidental con Patas Negras (*Ixodes pacificus*) se encuentra en el Condado de San Diego. Algunas garrapatas recogidas en el Condado de San Diego salieron positivas con la Enfermedad de Lyme.

Cómo identificar una garrapata

La garrapata femenina es de color rojo-café con patas negras, cerca de 1/8 de una pulgada de largo; las garrapatas masculinas son más pequeñas y completamente de color café/negro. Las dos se presentan en forma de una lágrima.

Nota: Las garrapatas no vuelan, no brincan ni saltan de los árboles. En lugar de estas acciones, se suben a las puntas de la vegetación, generalmente por pistas o caminos de animales, y esperan que alguien se acerque a ellas (¡Este alguien puede ser USTED!).

Los síntomas de la enfermedad de Lyme

Los síntomas por lo general se presentan en tres etapas:

Etapas 1

En un poco más de la mitad de los casos, un sarpullido puede presentarse de 3 a 30 días después de la mordida de una garrapata. El sarpullido es rojo, manchado y redondo. Puede crecer a varias pulgadas de diámetro y al despejarse del centro se presenta en forma de anillo. Una o más lesiones pueden aparecer, pero no exactamente en la misma área de la mordida de la garrapata. Los síntomas muy parecidos a la influenza pueden presentarse antes o después de que aparezca el sarpullido. Estos síntomas pueden aparecer sin cambio, cambiar o desaparecer y reaparecer diferentes veces por semanas.



Etapas 2

Algunas personas infectadas pueden desarrollar complicaciones a largo plazo, unas semanas hasta meses después de los síntomas iniciales. Estas complicaciones pueden incluir desordenes cardíacos o del sistema nervioso, incluso la obstrucción del músculo cardíaco, meningitis, encefalitis, parálisis facial (parálisis de Bell) y otras condiciones que involucran los nervios periféricos. Durante esta etapa, las articulaciones, los tendones, músculos, y huesos pueden doler, a menudo sin que las articulaciones se pongan hinchadas o rojas.

Etapas 3

La artritis puede desarrollarse de varios meses hasta muchos años después del comienzo de esta enfermedad. La artritis es el síntoma más común a largo plazo de la enfermedad de Lyme. Afectan más a las articulaciones grandes, especialmente las rodillas.

Una **vacuna** está disponible para la enfermedad de Lyme. Si usted se expone frecuentemente a las garrapatas debido al trabajo o el recreo, consulte a su clínica o médico para informarse más sobre la vacuna.

Cómo prevenir las mordidas de garrapatas

Evite ser mordido por una garrapata de estas maneras:

Personal

- Evite los márgenes, la maleza y praderas cuando se encuentra en áreas con garrapatas. Meta los pantalones dentro de las botas o calcetines, y camisas dentro de los pantalones. Ponga ropa con colores claros para ver las garrapatas con facilidad.
- Aplique repelente de insectos sobre pantalones, calcetines y calzados. Use un repelente registrado contra las garrapatas.
- Haga una revisión de sí mismo y a sus niños.

Ambiental

- Corte el pasto a lo largo de los senderos, edificios y áreas de campamento.
- Quite la maleza a lo largo de los senderos u otras áreas donde haya mucha actividad humana. La aplicación de insecticida a la maleza no es efectiva para controlar las garrapatas.

Cómo quitar las garrapatas

Una garrapata puede tardar un día o dos para liberarse de la bacteria que produce la enfermedad de Lyme dentro del cuerpo. Quitese una garrapata tan pronto como sea posible para reducir la posibilidad que transmita la enfermedad.

- Si es posible, pídale a otra persona que le quite la garrapata.
- Utilice una pinzas o forceps en vez de usar sus dedos.
- Si usted tiene que tocar la garrapata, use un pañuelo para proteger su mano.
- Si se aplastan o se exprime la garrapata con los dedos, esta exposición a los fluidos corporales puede resultar en la transmisión de la enfermedad de Lyme u otros agentes de enfermedades.
- Agarre las partes de la boca de la garrapata tan cerca de la piel como sea posible.
- Con delicadeza, quítese la garrapata sin vacilar y con firmeza. **NO** tuerza o sacuda la garrapata. Las partes de la boca de la garrapata tiene lenguetas en forma de un arpón; no se atornillan dentro de la piel. Si las partes de la boca de la garrapata se rompen y se quedan dentro de su piel, consulte con su clínica o médico. Para deshacerse de la garrapata, pongala en alcohol o échela en la taza del baño y jale la palanca.
- Lávese las manos y la área de la mordida con jabón y agua. Aplique un antiséptico a la área de la mordida. Use los mismos procedimientos y precauciones cuando se quiten las garrapatas de los animales domésticos.



Lo que debe hacer si piensa que usted tiene la enfermedad de Lyme

El reconocimiento temprano de la enfermedad de Lyme es importante. Consulte con su clínica o médico de inmediato:

- Si ha tenido una garrapata sujeta a su piel, aunque haya sido quitada.
- Si usted ha estado en un área donde se sabe que viven las garrapatas, y usted desarrolla cualquiera de los síntomas anotados.

Esta información, y un examen de sangre, ayudarán a su médico a determinar si usted tiene la enfermedad de Lyme.

El tratamiento con antibióticos durante las etapas tempranas puede curar la infección y prevenir las complicaciones asociadas con las etapas 2 y 3. El tratamiento de antibióticos durante las últimas etapas de la enfermedad de Lyme es frecuentemente exitoso, pero no siempre es así.

Se puede obtener una muestra de garrapata ya identificada para determinar si es el tipo que transmite la enfermedad de Lyme al comunicarse con el Programa de Vigilancia y Control de Vectores a (858) 694-2488.

Para más información, llame a (858) 694-2888.

*Condado de San Diego – Agencia de Servicios Humanos y de Salud – Epidemiología Comunitaria
P.O. Box 85222, P511C-A – San Diego, CA 92186-5222*